

# 味彩 (HP)

## 〔 昼食予定献立表 〕

株MESファシリティーズ  
三友フーズセンター

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

ライス(394kcal)、パン(250kcal+ジャム約48kcal)

全ての献立に食物アレルギー特定原材料7品目が含まれている可能性があります。※ お米は岡山県産を使用しています

6月 10日(月)	若鶏の甘辛揚げ	17日(月)	豚肉のマヨパン粉焼
 <p>ポイルキャベツ しばかっぱ漬 ポテトフライ (コンソメ風味) きのこチルドのクリーム 豚肉のしぐれ煮 きゅうりとササガのあえもの</p> <p>エネルギー 402 kcal 炭水化物 31.2 g 蛋白質 15.8 g 食塩相当量 2.2 g 脂質 23.3 g</p>	 <p>ポイル野菜 きざみつぼ漬 たけのこの土佐煮コロッケ 煮しめ ﾄﾞｰﾔと鶏肉の味噌ﾁｬﾝﾌﾟﾙｰ プチゼリー</p> <p>エネルギー 328 kcal 炭水化物 21.7 g 蛋白質 15.7 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 16.7 g</p>		
11日(火)	日の丸弁当	18日(火)	イカカツ
 <p>白身魚フライ 金平れんこん ポイルキャベツ 桜漬 大根サラダ 香味てりやきハンバーグ 牛肉のむねがーリック炒め</p> <p>エネルギー 682 kcal 炭水化物 115.1 g 蛋白質 24.0 g 食塩相当量 4.3 g 脂質 11.9 g</p>	 <p>ポイルキャベツ しばかっぱ漬 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾌｻﾘｰのﾊﾞﾝﾃﾞﾙﾃｰ サバの煮付け ひじきの炒り煮 大学芋</p> <p>エネルギー 412 kcal 炭水化物 34.0 g 蛋白質 17.5 g 食塩相当量 3.0 g 脂質 22.2 g</p>		
12日(水)	トンテキ風	19日(水)	タラの唐揚
 <p>ポイルキャベツ 沢庵漬 野菜のバタポンソテー ーロまぐろカツ (別外風味) ごぼう土佐煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ梅のり和え</p> <p>エネルギー 322 kcal 炭水化物 26.2 g 蛋白質 14.8 g 食塩相当量 2.8 g 脂質 15.7 g</p>	 <p>スパゲティソテー 桜漬 目玉焼 コールスローサラダ 筍とあげのオイソテー オクラ塩昆布あえ</p> <p>エネルギー 265 kcal 炭水化物 15.8 g 蛋白質 18.4 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 13.5 g</p>		
13日(木)	若鶏の唐揚	20日(木)	チンカツ(パズルトマトソースがけ)
 <p>ポイルキャベツ 桜漬 牛肉コロッケ 玉子マカロニサラダ 豚バラ大根 オクラのお浸し</p> <p>エネルギー 436 kcal 炭水化物 29.5 g 蛋白質 16.2 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 28.4 g</p>	 <p>パンネソテー かっぱ漬 マヨソース入りハンバーグ ポテトサラダ ミニ奴豆腐 白菜のごまあえ</p> <p>エネルギー 381 kcal 炭水化物 43.7 g 蛋白質 22.8 g 食塩相当量 3.1 g 脂質 19.2 g</p>		
14日(金)	メルルーサのホットチリ焼	21日(金)	メルルーサのムニエル風
 <p>ポイルキャベツ しばかっぱ漬 ミートオムレツ ペペロンチーノ 若布のピリ辛ナムル シーザーサラダ</p> <p>エネルギー 226 kcal 炭水化物 13.5 g 蛋白質 14.9 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 12.2 g</p>	 <p>ポイル野菜 沢庵漬 春巻 焼き肉風味ﾌﾞｰ ほうれん草の梅ﾊﾞﾀｰﾘｰ かぼちゃの甘煮</p> <p>エネルギー 270 kcal 炭水化物 38.5 g 蛋白質 13.6 g 食塩相当量 1.9 g 脂質 11.8 g</p>		
15日(土)	メンチカツ	22日(土)	若鶏の立田揚げ
 <p>ポイルキャベツ きざみつぼ漬 竹輪の利休揚 マセドアンサラダ ラー白菜 鶏きもの生姜煮</p> <p>エネルギー 390 kcal 炭水化物 31.3 g 蛋白質 16.6 g 食塩相当量 3.5 g 脂質 21.1 g</p>	 <p>マカロニソテー 高菜漬 ｸﾘｰﾑｺﾛｯｹ (かに入り) ゆで豚の南蛮風 大根とタコの煮付 コーンサラダ</p> <p>エネルギー 430 kcal 炭水化物 29.8 g 蛋白質 18.9 g 食塩相当量 2.2 g 脂質 24.4 g</p>		
16日(日)	天ぷら盛り合わせ	23日(日)	いかフライ
 <p>小袋天つゆ 炒り鶏 きゅうりの酢の物 チンジャオオース 桜漬</p> <p>エネルギー 418 kcal 炭水化物 36.8 g 蛋白質 11.2 g 食塩相当量 3.6 g 脂質 24.3 g</p>	 <p>ポイル野菜 青菜漬 ベーコンポテトバーグ バター風味のたらこスパゲティ ぜんまいナムル 牛肉と大根の韓国風ソテー</p> <p>エネルギー 272 kcal 炭水化物 32.4 g 蛋白質 14.2 g 食塩相当量 3.0 g 脂質 9.4 g</p>		

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召し上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

### ◀新メニュー▶

- ・ポテトフライ (コンソメ風味)
- ・牛肉のむねがーリック炒め
- ・ごぼう土佐煮
- ・たけのこ土佐煮コロッケ
- ・ゴーヤと鶏肉の味噌チャンプルー
- ・イカ下足メンチカツ
- ・チキンカツ (パズルトマトソースがけ)



冠婚葬祭、パーティー、行事・各種弁当

オードブル等のお申し込みは、

「三友フーズセンター」



フリーダイヤル 0120-98-1158

URL⇒<http://www.sanyufoods.jp/>

※この献立表はホームページにも掲載しています。「三友フーズセンター」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。

# 味彩 (HP)

## [ 昼食予定献立表 ]

株式会社ファシリティーズ  
三友フーズセンター

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

ライス(394kcal)、パン(250kcal+ジャム約48kcal)

全ての献立に食物アレルギー特定原材料7品目が含まれている可能性があります。 ※ お米は岡山県産を使用しています

5月 27日(月)	若鶏のBBQソース焼	3日(月)	メルルーサのマヨパン粉焼
 <p>ポイル野菜 目玉焼 白身魚71のトマトソースがけ ひじき煮付 小松菜ビーツ和え</p> <p>しばかっぱ漬</p> <p>エネルギー 330 kcal 炭水化物 16.1 g 蛋白質 22.9 g 食塩相当量 2.5 g 脂質 18.3 g</p>	 <p>ペンネソテー 揚げジャンボ餃子 なすと鶏肉の照焼ソテー 蓮根サラダ 大芋芋</p> <p>桜漬</p> <p>エネルギー 299 kcal 炭水化物 24.5 g 蛋白質 14.6 g 食塩相当量 2.1 g 脂質 14.8 g</p>		
28日(火)	タラのパセリバターグリル焼	4日(火)	若鶏のトマト&バジル風味ソテー
 <p>ポイルキャベツ れんこんとベーコンのオイスター 豚肉となすの味噌炒め さつまいものレモン煮 小さな海老フライ</p> <p>きざみつぼ漬</p> <p>エネルギー 250 kcal 炭水化物 27.6 g 蛋白質 14.3 g 食塩相当量 2.0 g 脂質 8.8 g</p>	 <p>ポイルキャベツ 目玉焼 パペロンチーノ 豚キムチ炒め 菜の花のふわらか揚げ</p> <p>高菜漬</p> <p>エネルギー 350 kcal 炭水化物 14.3 g 蛋白質 23.7 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 21.8 g</p>		
29日(水)	むかしコロッケ	5日(水)	ビーフカレー
 <p>マカロニソテー コールスローサラダ 豚ワカメ 牛肉とピーマンのマスタード醤油ソテー プチゼリー</p> <p>桜漬</p> <p>エネルギー 316 kcal 炭水化物 31.2 g 蛋白質 9.3 g 食塩相当量 2.7 g 脂質 14.4 g</p>	 <p>ミニクリーミーコロッケ 青しそサラダ 小松菜のごま和え グレープフルーツ 福神漬</p> <p>ビーフカレー</p> <p>エネルギー 269 kcal 炭水化物 29.2 g 蛋白質 8.3 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 13.1 g</p>		
30日(木)	ヒレカツ	6日(木)	豚肉生姜焼
 <p>ポイルキャベツ 出巻卵 加加梅パスタ 糸こんにゃくと鶏むねのピリ辛和え ほうれん草とえのきのごま和え</p> <p>高菜漬</p> <p>おすすめの一品</p> <p>エネルギー 316 kcal 炭水化物 26.5 g 蛋白質 19.7 g 食塩相当量 4.1 g 脂質 14.5 g</p>	 <p>ポイルキャベツ 4種の野菜寄せ揚げ 旨辛肉じゃが ミニ豆腐 きゅうりのナムル</p> <p>しばかっぱ漬</p> <p>エネルギー 379 kcal 炭水化物 21.4 g 蛋白質 20.6 g 食塩相当量 2.2 g 脂質 22.1 g</p>		
31日(金)	若鶏立田のチリソースがけ	7日(金)	梅肉入りささみフライ
 <p>ポイルキャベツ たこキャベツカツ バジルジャーマンポテト 大根のしそ甘酢和え 小松菜とコーンの炒め物</p> <p>沢庵漬</p> <p>エネルギー 450 kcal 炭水化物 38.6 g 蛋白質 13.4 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 26.0 g</p>	 <p>ポイルキャベツ ハバーグきのこソースかけ 四川風麻婆茄子 切干大根煮付 人参の柚子こしょうマリネ</p> <p>かっぱ漬</p> <p>エネルギー 285 kcal 炭水化物 25.8 g 蛋白質 18.4 g 食塩相当量 2.8 g 脂質 13.6 g</p>		
6月 1日(土)	豚肉のゆかり天ぷら	8日(土)	いかフライ
 <p>ポイルキャベツ ハンバーグドミグラスソースかけ たらこスパゲティー 筍の卵中華炒め 白菜と挽肉うま煮</p> <p>かっぱ漬</p> <p>エネルギー 386 kcal 炭水化物 22.0 g 蛋白質 24.6 g 食塩相当量 3.5 g 脂質 22.9 g</p>	 <p>ポイルキャベツ ツナとひじきの梅煮 スパゲティナポリタン 白菜と木耳の中華炒め ブロッコリー辛子醤油和え</p> <p>なす漬</p> <p>エネルギー 244 kcal 炭水化物 26.2 g 蛋白質 10.9 g 食塩相当量 2.5 g 脂質 10.8 g</p>		
2日(日)	照焼チキン	9日(日)	豚肉の立田揚
 <p>ポイルキャベツ 三角春巻(カレー) サトウキビのバター醤油ソテー なます 枝豆シューマイ</p> <p>しばかっぱ漬</p> <p>エネルギー 326 kcal 炭水化物 25.6 g 蛋白質 16.1 g 食塩相当量 2.0 g 脂質 16.5 g</p>	 <p>ポイルキャベツ 春巻 山菜入マカロニソテー 紅白なます ほうれん草ソテー</p> <p>沢庵漬</p> <p>エネルギー 328 kcal 炭水化物 23.9 g 蛋白質 14.2 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 18.8 g</p>		

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召し上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

### ◀新メニュー▶

- ・若鶏のBBQソース焼
- ・白身魚71のトマトソースがけ
- ・若鶏立田のチリソースがけ
- ・バジルジャーマンポテト
- ・なすと鶏肉の照焼ソテー
- ・旨辛肉じゃが
- ・菜の花のふわらか揚げ



冠婚葬祭、パーティー、行事・各種弁当

オードブル等のお申し込みは、

「三友フーズセンター」



フリーダイヤル 0120-98-1158

URL⇒<http://www.sanyufoods.jp/>

※この献立表はホームページにも掲載しています。「三友フーズセンター」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。